

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan uraian dari bab satu sampai dengan bab empat sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- 5.1.1. Konsep taubat menurut Hamka dalam perspektif kesehatan mental yaitu taubat pada hakikatnya adalah suatu penyesalan dengan cara berbuat baik dan menjauhi segala dosa serta selalu memohon ampun kepada Allah. Dengan membersihkan diri dari dosa, maka orang tersebut akan memiliki jiwa yang tenang. Dosa dapat membuat orang gelisah, sedangkan taubat dapat membuat hati tentram. Pada hati yang tentram akan menimbulkan jiwa yang tenang dan pada jiwa yang tenang akan membentuk mental yang sehat. Dengan demikian taubat sangat erat kaitannya dengan kesehatan mental. Karena salah satu ciri mental yang sehat yaitu terdapatnya jiwa yang tenang dan berpikir positif. Berdasarkan hal itu maka menurut Hamka, taubat adalah membersihkan hati, serupa mandi atau berwudhuk guna membersihkan badan. Menurut Hamka, menjaga kebersihan jiwa sama juga dengan menjaga kebersihan badan. Salah satu upaya membersihkan jiwa dari kotoran berupa dosa adalah dengan taubat. Konsep Hamka tentang taubat apabila diamalkan maka akan membentuk mental seseorang menjadi sehat.

5.1.2. Konsep taubat menurut Hamka dalam perspektif kesehatan mental ditinjau dari bimbingan dan konseling Islam yaitu taubat dapat membentuk mental yang sehat karena dengan taubat maka seluruh dosa menjadi hapus. Dengan hapusnya dosa maka jiwa menjadi bersih. Namun demikian agar setiap individu mau bertobat maka individu itu harus dibimbing tentang manfaat dan pentingnya taubat, cara bertaubat dan syarat bertaubat. Atas dasar itu perlu adanya bimbingan dan konseling Islam untuk membantu individu mau melakukan taubat sehingga dapat membangun kesehatan mental individu dari perasaan berdosa. Peranan bimbingan dan konseling Islam sangat penting untuk membantu individu memahami peran, fungsi dan arti pentingnya taubat dalam memelihara kesehatan mental.

## **5.2 Saran-saran**

Implementasi konsep taubat Hamka sangat efektif untuk memelihara kesehatan jiwa manusia. Meskipun uraiannya terasa masih bersifat umum tetapi cukup baik sebagai sebuah pengantar dalam membangun jiwa yang sehat. Atas dasar itu maka penelitian terhadap pemikiran Hamka dapat lebih diperdalam oleh peneliti lainnya.

## **5.3 Penutup**

Tiada puja dan puji yang patut dipersembahkan kecuali kepada Allah Swt yang dengan karunia dan rahmat-Nya telah mendorong penulis hingga dapat merampungkan tulisan yang sederhana ini. Dalam hubungan ini sangat

disadari sedalam-dalamnya bahwa tulisan ini dari segi metode apalagi materinya jauh dari kata sempurna.